

БУС-2(9-12лет)

ПРАВИЛА СОРЕВНОВАНИЙ. ЗАДАНИЕ №1

Борьба, как многие другие виды спорта, подчиняется определенным «правилам игры», определяющим действия, целью которых является «положить» соперника на лопатки или выиграть по очкам.

Греко-римская и вольная борьба имеют следующее принципиальное отличие:

В греко-римской борьбе запрещено хватать соперника ниже пояса, делать подножки или активно использовать ноги для проведения приема.

В вольной и женской борьбе, наоборот, разрешается хватать соперника ниже пояса, делать подножки или активно использовать ноги для проведения приема.

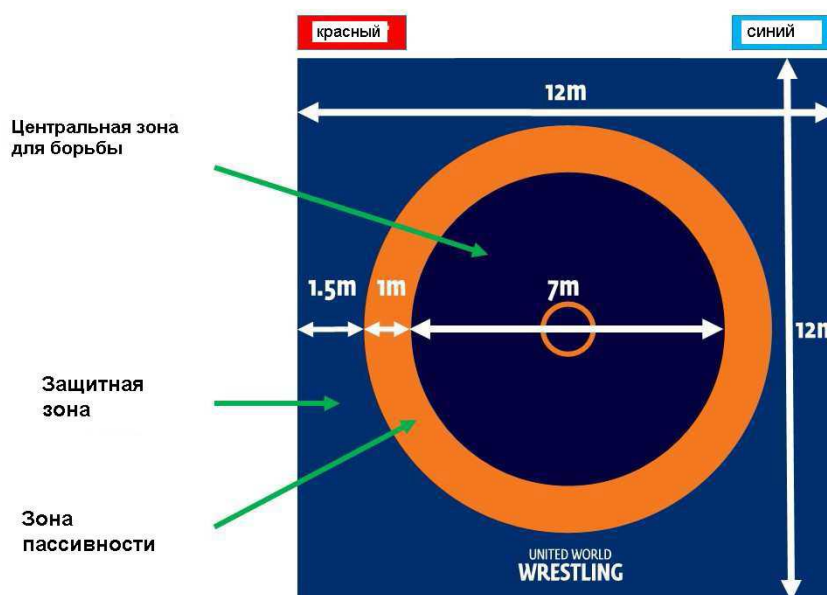
Женская борьба проходит по правилам вольной борьбы, но категорически запрещен «двойной Нельсон».

Пляжная борьба, панкратион, борьба на поясах, традиционные виды борьбы, культивируемые во всем мире – предмет отдельных правил.

Правила, приведенные ниже, должны знать и руководствоваться ими все спортсмены, тренеры, судьи и руководство.

Ковер.

Только новые одобренные UWW и новые ковры диаметром 9 метров и 1,5 метровой защитной зоной обязательны при проведении таких соревнований: Олимпийских игр, чемпионатов и кубков. На остальных международных соревнованиях должны быть хорошего качества (стандартизированные, лицензированные) ковры, но не обязательно новые.



Форма борца:

Борцовское трико - это стандартная униформа, которая используется для всех олимпийских видов борьбы.

Трико изготавливается из гладкой ткани, без грубых швов, которые могут повредить спортсмена и его оппонента.

Трико должно давать борцу возможность выполнять все движения (т.е. быть эластичным).



Защита ушей:

Борец может использовать защиту для ушей, которая одобрена UWW, не содержит металлических деталей и имеет мягкие (отделанные мягкими материалами) раковины на ушах. Арбитр может обязать спортсмена с очень длинными волосами надеть шлем – защиту для ушей.

Обувь:

Спортсмены должны носить обувь для борьбы (борцовки), обеспечивающие надежную фиксацию щиколотки (голеностопного сустава).

Использование обуви с каблуками или очень твердой подошвой, с пряжками или любыми металлическими деталями – запрещено. Шнурки должны быть заклеены липкой лентой или зафиксированы специальными приспособлениями так, чтобы они не развязались во время схватки.

Каждый спортсмен обязан позаботиться о надежной фиксации шнурков. Перед выходом на ковер обязательно проверяется фиксация шнурков.

Во время взвешивания судьи должны проверять каждого спортсмена на соблюдение всех вышеперечисленных требований. Борец во время взвешивания должен быть предупрежден, что если его внешний вид не будет соответствовать требованиям, то он не будет допущен к соревнованиям.

Если борец проигнорировал требования, к его Национальной федерации будут применены санкции, после соревнований. Если борец выходит на ковер, нарушая вышеуказанные требования, ему дается 1 минута на их устранение. Если требования не выполнены, то спортсмену присуждается поражение.

Запрещено:

- носить на форме (трико, костюм) аббревиатуру и герб другой страны;
- бороться с биндажом на кисти, на руке, на щиколотке, кроме случая травмы или предписания доктора. Эти биндажи должны быть закрыты эластичным бинтом (материалом);
- наносить жирные (скользкие) или липкие вещества на тело;
- выходить на ковер мокрым от пота (как в начале схватки так и в начале каждого периода);
- носить предметы, которые могут нанести повреждение (травму) сопернику: кольца, браслеты, цепочки и т.п.;

ТЕСТ №1 /БУС-2

1. Кто руководствуется правилами соревнований:

2. Судьи
3. Тренеры
4. Спортсмены
5. Руководство
6. Все вышеперечисленные

2. Какие ковры можно использовать на Чемпионате Мира

1. Новые
2. Одобренные UWW
3. Верно 1,2.
4. Какие есть в наличии.

3. В какой форме проходит взвешивание участников:

1. Спортивной
2. Борцовское трико
2. Плавки
3. Не важно

4. Сколько времени отводиться борцу для устранения нарушений формы

1. 2 минуты
2. Пока не переоденется
3. 1 минута
4. 5 минут

5. Что запрещено в форме борца:

1. Крестики
2. Цепочки
3. Развязанные шнурки
4. Повязки на руках
5. Повязки на ногах
6. Верно 1,2,3,4.

Ответы присылать:

- VC- Александр Бурмак
- Эл. Почта – burmak74@mail.ru, sportschola@mail.ru
- MMS – 8-923-344-35-37
- Можно сдать в тетради по теории 15 апреля 2020 года